

## **Julian Baggini**

### **Existe un verdadero Tú?**

¿Hay un verdadero Tú? Esto puede parecerles una cuestión muy extraña. Porque, pueden preguntar, ¿cómo encontrar el verdadero Tú?, ¿cómo saber cuál es el verdadero Tú? Y así sucesivamente. Pero la idea de que debe haber un verdadero Tú, seguramente es obvia. Si hay algo real en el mundo, eres Tú.

Bueno, yo no estoy tan seguro. Al menos tenemos que entender un poco mejor qué significa. Sin duda hay muchas cosas en nuestra cultura que refuerzan la idea de que cada uno de nosotros tenemos una especie de esencia. Existe algo acerca de lo que significa ser el Tú que te define, y que es permanente e inmutable. La manera más burda que tenemos, son cosas como los horóscopos. La gente está muy apegada a ellos, en realidad. La gente los pone en su perfil de Facebook como si fueran significativos, incluso algunos saben su horóscopo chino.

También hay versiones más científicas, todo tipo de perfiles de personalidad, como las pruebas de Myers-Briggs, por ejemplo. No sé si las han hecho. Muchas empresas las usan para contratar. Uno contesta muchas preguntas, y se supone que esto revela algo sobre la personalidad básica de uno. Y, por supuesto, la fascinación popular por esto es enorme. En las revistas como estas, verán, abajo a la izquierda, anuncian prácticamente todos los meses algo sobre la personalidad. Y si toman una de esas revistas, es difícil no hacerlos, ¿no? Hacer la prueba para saber cuál es nuestro estilo de aprendizaje, cuál es nuestro estilo amoroso, o laboral. ¿Eres este tipo de persona u otra? Así que creo que tenemos una idea de sentido común de que hay un núcleo o esencia de nosotros mismos que debe descubrirse. Y que es como una verdad permanente acerca de nosotros mismos, Algo que permanece igual durante toda la vida.

Bueno, esa es la idea que quiero cuestionar. Y tengo que decirlo no lo cuestiono solo porque yo sea raro, el cuestionamiento tiene en realidad una historia muy larga e insigne. Esta es la idea del sentido común. Existe un Tú. Uds. son los que son y tienen esa esencia. En su vida, lo que pasa es que, por supuesto, se acumulan experiencias diferentes. Así que uno tiene recuerdos, y estos recuerdos ayudan a crear lo que uno es. Tienen deseos; tal vez, deseas una galleta, tal vez algo de lo que no queremos hablar a las 11 de la mañana en una escuela. Tendrán creencias. Esta es una placa de alguien en EE. UU. No sé si esta placa donde dice "Mesías 1" indica que el conductor cree en el mesías, o si cree que es el mesías. De cualquier manera, tiene creencias sobre el mesías. Tenemos conocimiento. Tenemos sensaciones y experiencias. No son solo las cosas intelectuales. Esto es un modelo de sentido común, creo, de lo que una persona es. Una persona tiene todo de lo que se componen nuestras experiencias vitales.

Pero lo que les quiero plantear hoy es que hay algo fundamentalmente erróneo en este modelo. Y puedo demostrar lo erróneo con un solo clic. En realidad no hay un "Tú" en el corazón de todas estas experiencias. ¿Pensamiento extraño? Tal vez no. ¿Qué hay, entonces? Es claro que hay recuerdos, deseos, intenciones, sensaciones, y así sucesivamente. Pero lo que pasa es que estas cosas existen, y están todas integradas, están solapadas, están conectadas de diferentes formas. Están conectadas en parte, y quizás incluso principalmente,

porque todas pertenecen a un cuerpo y un cerebro. Pero también hay una narrativa, una historia que contamos de nosotros, las experiencias que tenemos al recordar cosas pasadas. Hacemos las cosas a causa de otras cosas. Así que lo que deseamos es, en parte, resultado de lo que creemos, y lo que recordamos también nos informa de lo que sabemos. Y así, en realidad, son todas estas cosas, como creencias, deseos, sensaciones, experiencias, las que están relacionadas entre sí, y esto es lo que forma el Tú.

En cierto modo, es una pequeña diferencia de la comprensión del sentido común. En cierto modo, es una gigante. Es el cambio entre el pensar de uno mismo como algo que acumula todas las experiencias de la vida, y pensar en uno mismo como simplemente la colección de todas las experiencias de la vida. Tú eres la suma de tus partes.

Esas piezas también son físicas, por supuesto, cerebros, cuerpos y piernas y tal, pero no son tan importantes, en realidad. Si a uno le trasplantan el corazón, sigue siendo la misma persona. Si le trasplantan la memoria, ¿sigue siendo la misma persona? Si le trasplantan las creencias, ¿sigue siendo la misma persona? Esta idea, de lo que somos, la manera de entendernos a nosotros mismos, no es algo permanente, que tiene experiencias, sino que es una colección de experiencias, puede que suene un poco raro. Pero, en realidad, no creo que debería ser raro. En cierto modo, es de sentido común.

Como acabo de invitarles a reflexionar sobre eso, por comparación, piensen en casi cualquier otra cosa en el universo, quizá aparte de las fuerzas o poderes muy fundamentales. Tomemos algo como el agua. No soy muy bueno en Ciencias. Podemos decir que el agua tiene dos partes de hidrógeno y una de oxígeno ¿no? Todos sabemos eso. Espero que nadie en esta sala crea que lo que significa es que hay una cosa que se llama agua, a la que se atribuye átomos de hidrógeno y uno de oxígeno, y eso es lo que es el agua. Por supuesto que no. Entendemos, muy fácilmente y en seguida, que el agua no es nada más que moléculas de hidrógeno y oxígeno dispuestas adecuadamente. Todo lo demás en el universo es lo mismo. No hay misterio acerca de mi reloj, por ejemplo. Decimos que el reloj tiene una cara, manecillas un mecanismo y una batería, Pero lo que queremos decir es, no creemos que haya algo llamado el reloj al que después pegamos todas estas partes. Entendemos claramente que las piezas del reloj se ensamblan y crean un reloj.

Ahora bien, si todo lo demás en el universo es así, ¿por qué íbamos a ser diferentes? ¿Por qué pensar en nosotros no como en una colección de todas nuestras partes, sino como una entidad separada, permanente que tiene esas partes? Este punto de vista no es, en realidad, nuevo. Tiene un largo linaje. Existe en el budismo, se encuentra en la filosofía del siglo XVII y XVIII hasta el día de hoy, en personas como Locke y Hume. Pero curiosamente, también es un punto de vista cada vez más respaldado por la neurociencia.

Este es Paul Broks, neuropsicólogo clínico, y dice esto: "Tenemos una profunda intuición de que existe un núcleo, una esencia ahí, y es difícil de eliminarla, probablemente es imposible desprenderse de ella. Pero es cierto que la neurociencia demuestra que no existe un centro en el cerebro donde las cosas convergen". Así que cuando nos fijamos en el cerebro, y nos fijamos en cómo el cerebro posibilita un sentido de sí mismo, uno descubre que no existe un punto de control central en el cerebro. No hay ningún tipo de centro donde todo sucede. Hay muchos procesos diferentes en el cerebro, todos los cuales operan, en cierto modo, con total independencia. Pero debido a la forma en que se relacionan obtenemos este sentido de nosotros mismos.

El término que utilizo en el libro, lo he denominado el truco ego. Es como un truco mecánico. No es que no existamos, Es solo que el truco consiste en hacernos sentir que dentro de nosotros hay algo más unificado que está realmente allí. Ahora podrían pensar que esto es una idea preocupante.

Se podría pensar que si es cierto, que para cada uno de nosotros no existe una núcleo permanente de sí mismo, que no existe una esencia permanente, ¿querría eso decir que, realmente, el yo es una ilusión? ¿Querría eso decir que realmente no existimos? No existe un verdadero Tú. Muchas personas realmente hablan de la ilusión y esto. Aquí estos tres psicólogos, Thomas Metzinger, Bruce Hood, y Susan Blackmore, muchas de estas personas hablan del lenguaje de la ilusión, el yo es una ilusión, es una ficción. Pero yo no creo que esto sea una forma muy útil de verlo.

Volvamos al reloj. El reloj no es una ilusión, porque no haya nada en el reloj distinto a la suma de sus partes. De la misma manera, tampoco somos ilusiones. El hecho de que seamos de alguna forma, solo esta suma muy, muy compleja, una suma ordenada de cosas, no significa que no seamos reales.

Puedo hacer una metáfora burda para esto. Tomemos una cascada. Estas son las Cataratas del Iguazú, en Argentina. Ahora bien, si tomamos algo así se puede apreciar el hecho de que en muchas maneras, no hay nada permanente ahí. Por un lado, siempre está cambiando. Las aguas siempre están tallando nuevos canales. Con los cambios, las mareas y el clima, algunas cosas se secan, se crean cosas nuevas. Por supuesto, el agua que fluye a través de la cascada es diferente en instante único. Pero no significa que las Cataratas de Iguazú sean una ilusión. Esto no quiere decir que no sean reales.

Lo que significa es que tenemos que entender lo que es como algo que tiene una historia, con ciertas cosas que las mantienen juntas, pero es un proceso, es fluido, está cambiando siempre. Creo, es un modelo para la comprensión de nosotros mismos, y creo que es un modelo de liberación. Porque si uno piensa que tiene una esencia permanente fija, que es siempre la misma a lo largo de su vida, no importa qué, de alguna manera uno está atrapado. Uno nace con una esencia, eso es lo que uno es hasta que se muere. Si uno cree en el más allá, tal vez continúe. Pero si uno piensa en sí mismo como ser, en cierto modo, no como una cosa en sí, sino como un proceso, algo que está cambiando, entonces creo que eso es muy liberador. Porque a diferencia de las cascadas, en realidad, tenemos la capacidad para canalizar la dirección de nuestro desarrollo hasta un cierto grado.

Tenemos que tener cuidado con esto ¿verdad? Si uno mira demasiado Factor X, es posible asumir esta idea de que podemos ser, todo lo que queramos ser. Eso no es cierto. He escuchado a músicos fantásticos esta mañana, y estoy segurísimo de que no podría jamás ser tan bueno como ellos. Podría practicar mucho y tal vez ser bueno, pero yo no tengo esa capacidad natural. Hay límites respecto a lo que podemos lograr. Hay límites respecto a lo que podemos hacer nosotros solos. Pero, sin embargo, sí tenemos esta capacidad de, en cierto sentido, automodelarnos.

El verdadero ser, por así decirlo, no es algo que está ahí para que sea descubierto. No observas tu propia alma y encuentras tu verdadero Yo. Lo que se hace en parte, es crear, en realidad, el verdadero Yo. Y esto, creo, que es muy, muy importante, especialmente en la etapa de la vida en que están. Serán conscientes del hecho de cuánto cambiaron en los últimos años. Si

tienen videos suyos de hace tres o cuatro años, probablemente se sientan avergonzados porque no se reconocen. Quiero hacer llegar ese mensaje, que lo que tenemos que hacer es pensar en nosotros mismos como entes que podemos dar forma, canalizar y cambiar.

Este es el Buda, de nuevo: "Los fabricantes de pozos conducen el agua, los arqueros tensan la flecha, los carpinteros doblan un tronco de madera, los sabios se automodelan". Y esa es la idea con la que quiero que se queden que su verdadero Yo no es algo que tengan que ir a buscar, como un misterio, y que tal vez nunca logren encontrar. En la medida en que uno tiene un verdadero ser, es algo que, en parte, uno descubre, pero en parte que crea, y esto, pienso, es una perspectiva liberadora y emocionante.

Muchas gracias.